# la popote de demain

cuisine du quotidien à votre domicile

*Imaginez...vous rentrez chez vous et de bons petits plats vous attendent dans votre réfrigérateur...*

***C'est maintenant possible !***

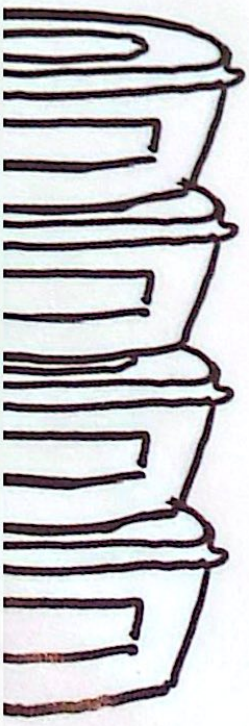
*Je viens à votre domicile* afin de cuisiner plusieurs plats.*

## Pour qui ?

Vous n'avez pas le temps de cuisiner **en rentrant du travail**, ou bien, vous n'avez plus le goût de vous préparer à manger et avez besoin d'un peu de **compagnie** ?

Quel que soit votre profil, je suis là pour alléger la préparation de vos repas, en votre absence ou à vos côtés !

## Qu'est-ce qu'il y a à manger ?



Chaque mois, je vous propose une **liste** de plats avec des **fruits et légumes de saison**.

Il vous suffit de choisir dans cette liste (possibilité d'adapter les plats à vos besoins).

## Je reste à votre écoute...

Marie Siane, EI,
06 86 16 80 41
lapopotededemain

** Pont Audemer et 20 km autour*

*Impression Atelier Gutenberg . Pont-Audemer . 06 40 16 50 27*
*Ne pas jeter sur la voie publique.*

Scanned with CamScanner

## Exemple de prestation

Nuggets de poulet et tian de légume

Salade chaude - froide de vermicelle au poulet

Boulettes de boeuf sauce tomate et riz

Dos de cabillaud, carottes et pommes dauphines

Pain de flocons d'avoine

## Combien ça coûte ?**

**PRESTATION UNIQUE**

4 plats / semaine ..... 130€ (8,13€ /portion)

**PRESTATION 4 SEMAINES**

4 plats / semaine ..... 440€ (6,88€ /portion)

**OPTIONS SUPPLEMENTAIRES**

Courses ..... 20€ /unique et 60€ / 4 semaines

Ajout de 1 ou 2 éléments sucrés

(Petit déjeuner, dessert, goûter) .....12€/élément

Les plats sont faits sur une base de **4 portions**.

Pour un nombre de portion ou plat different : demande de devis.

**Les prestations de base comprennent :**

la planification, le déplacement, la préparation et le rangement au domicile. N'inclus pas le prix des courses.

## ** Crédit d'impôt

Possibilité de bénéficier d'un crédit d'impôt sur le revenu grâce à la déclaration « service à la personne ».

Prestation unique après crédit d'impôt de 50% :

65€ (4,06€ /portion)

Scanned with CamScanner